



JEDILNIK

Osnovna šola Vrhovci
Cesta na Bokalce 1
1000 Ljubljana

☎ (01 423 03 70)
e-naslov: tajnistvo@os-vrhovci.si
spletna stran: www.os-vrhovci.si
TRR: 01261-6030665280
davčna št.: 34317627

PONEDELJEK, 11. 10. 2021

MALICA: Sirov polžek (1,3,7), breskev

KOSILO: Svetla fižolova juha, musaka (1,3,7), zelena solata z redkvicami

POPOLDANSKA MALICA: LCA tekoči jogurt s sadjem (7), polnozrnat prepečenec (1)

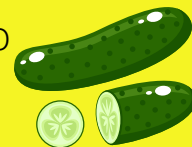


TOREK, 12. 10. 2021

MALICA: Črna bombeta (1), dimljene puranje prsi, kisle kumarice, jabolko

KOSILO: Ribja juha (4), žitni polpeti (1,6) rdeči riž, solata s korenčkom

POPOLDANSKA MALICA: Biga (1), sadna skuta (7)



SREDA, 13. 10. 2021

MALICA: Kruhov rogljič (1), jogurt (7)

ŠS: hruške

KOSILO: Piščančje kračke, dušen brstični ohrovt, kuskus (1), sadni kompot

POPOLDANSKA MALICA: Banana, mleko (7)



ČETRTEK, 14. 10. 2021

MALICA: Ržena žemlja (1), tuna v lastnem soku s koruzo (4), multivitaminski sok iz temnega sadja

KOSILO: Juha ŠARA, carski praženec z rozinami (1,3,7), jabolko

POPOLDANSKA MALICA: Skutni zeliščni namaz (7), bio riževi vafli





MALICA: Puding (7), kornspitz štručka (1), ananas

KOSILO: Dunajski zrezek (1,3), rizibizi, zelena solata s kitajskim zeljem

POPOLDANSKA MALICA: Keksi z ovsenimi kosmiči (1), kefir (7)

ALERGENI V ŽIVILIH

1. **Žita, ki vsebujejo gluten**, zlasti: pšenica, rž, ječmen, oves, pira, kamut ali njihove križane vrste in proizvodi iz njih;
2. **raki** in proizvodi iz njih;
3. **jajca** in proizvodi iz njih;
4. **ribe** in proizvodi iz njih;
5. **arašidi** (kikiriki) in proizvodi iz njih;
6. **zrnje soje** in proizvodi iz njega;
7. **mleko** in mlečni proizvodi (ki vsebujejo laktozo);
8. **oreški**, in sicer: mandlji, lešniki, orehi, indijski oreščki, ameriški orehi, brazilski oreščki, pistacija, makadamija ali orehi Queensland ter proizvodi iz njih,
9. **listna zelena** in proizvodi iz nje;
10. **gorčično seme** in proizvodi iz njega;
11. **sezamovo seme** in proizvodi iz njega;
12. **žveplov dioksid in sulfiti** v koncentraciji več kot 10 mg/kg ali 10 mg/l glede na skupni SO₂ ;
13. **volčji bob** in proizvodi iz njega;
14. **mehkužci** in proizvodi iz njih.

Opombe: Pri oblikovanju jedilnika upoštevamo priporočila strokovnih služb za zdravo in varno prehrano, želje naših učencev in sezonsko ponudbo živil.

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridržujemo pravico, do spremembe jedilnika.

Pravljica: **HVALEŽNI MEDVED**



ŠOLSKA
SHEMA
Evropske unije



Hruške imajo visoko vsebnost vode, zaradi česar so hitro prebavljive. V črevesju imajo zaradi vsebnosti vlaknin čistilno funkcijo, pomagajo pa lahko tudi pri prebavnih motnjah.

